

tavuutta. Hyvä alku joka tapa-  
uksessa, myös sosiaalipolitiikan  
kannalta katsottuna. Ajankoh-  
taiset talous- ja sosiaalipolitiikan

yhteydet tulevat raportissa hy-  
vin esille, vaikka siinä ei – toi-  
meksiannon rajauksen mukai-  
sesti – sosiaalipolitiikan sisältö-

kysymyksiä erityisesti tarkastel-  
lakaan.

# Meille tulee eläkeläinen

MATTI VIRTANEN

Sirpa Taskinen teki pitkän uran  
Stakesissa ja sen edeltäjissä, ja  
myös kansainvälisissä tehtävissä.  
Hän on kirjoittanut monia lap-  
siin ja perheisiin liittyviä amma-  
tillisia julkaisuja ja myös suosit-  
tuja oppaita, kuten äitiyspakka-  
usten mukana jaetun *Meille tulee  
vauva* -kirjasen.

Kun Taskinen jäi eläkkeel-  
le 2007, hän sai työtovereiltaan  
oppaan *Meille tulee eläkeläinen*.  
Sen teksti oli muokattu Taskisen  
omasta kirjasta, johon oli so-  
piviin kohtiin vaihdettu vauva-  
sanalan tilalle ”eläkeläinen”. Tulos  
oli hulvattoman hauska, Taski-  
nen sanoo tuoreen kirjansa alku-  
puolella ja pitää suosikkikohta-  
naan seuraavaa:

”Eläkeläinen on perheelleen  
yleensä ihmeellisin asia maail-  
massa. Rakkaus ei kuitenkaan  
läheskään aina syty heti. Eläke-  
läisen hoitaminen vie paljon voi-  
mia, ja hän saattaa toimia hyvin  
eri lailla kuin mitä läheiset odot-  
tivat. Tulokas muuttaa koko elä-  
män ja kertoo tahtonsa ja aika-  
taulunsa hyvin selkeästi. Huuta-  
va eläkeläinen voi herättää häm-  
mennystä, jopa ärtymistä. Lä-  
heiset eivät aina jaksaa tuntea ko-  
vin lämpimiä tunteita vaatijaa  
kohtaan. Eläkeläiseen sopeutu-  
minen vie aikaa.”

Työtoverien eläköitymislah-  
ja on ilmiselvästi jäänyt kyte-

mään ja on nyt tuottanut ”oi-  
kean” oppaan työelämän jälkei-  
seen aikaan – mistä Taskisella on  
jo monen vuoden kokemus. Kir-  
jan esipuheessa Taskinen sanoo,  
että monenlaista on ikääntymi-  
sestä kirjoitettu, mutta hyvin vä-  
hän eläkkeelle valmistautumises-  
ta, mitä seniorina on odotetta-  
vissa ja mikä olisi elämässä vielä  
mahdollista. Kun tällaista opas-  
ta ei löytynyt, Taskinen pää-  
tti kirjoittaa sellaisen itse. Ja hy-  
vin onkin kirjoittanut. Taskinen  
on aina ollut tunnettu taitava-  
na sanankäyttäjänä, niin puhu-  
jana kuin kirjoittajanaakin, eikä  
tuo taito ole päässyt yhtään ra-  
pistumaan.

Kirjan ensimmäisessä luvussa  
Taskinen kertoo eläköitymisen  
käytännöstä: millaisen eläkkeen  
voi saada, milloin eläkkeelle  
pääsee tai joutuu, miten  
eläkkeen suuruuden voi laskea  
nyt, ja kirjan liitteessä, miten  
voi laskea 2017 voimaan astuvan  
eläkeuudistuksen jälkeen. Ja  
muistuttaa, että eläkettä pitää  
itse hakea.

Toisessa luvussa Taskinen ku-  
vaa, mitä ikääntyvän itsensä ja  
ennen kaikkea hänen työnan-  
tajansa pitäisi ottaa huomioon  
työtehtävien hoidossa, eläköity-  
ville kertyneen tiedon ja osaami-  
sen siirtämisessä työyhteisön ke-  
hittämiseen ja miten työnanta-

---

Sirpa Taskinen  
Hyvillä mielin eläkkeelle  
Opas työelämän jälkeiseen  
aikaan  
Aula & Co, 2016

ja voisi tukea eläkkeelle siirtyviä.

Taskisen perusteisiin voisi ki-  
teyttää näin: eläkkeelle jäämi-  
nen on paljon suurempi elä-  
mänmuutos kuin etukäteen voi-  
si luulla tai kuvitella. Sitä se on  
nimenomaan heti aluksi, ja sik-  
si oppaan viisi seuraavaa lukua  
kuvaavat tämän muutospom-  
min eri puolia ja keinoja selviy-  
tyä niistä.

Ulkoahjautuvuus vaihtuu si-  
säiseen ohjaukseen. Vuosikym-  
menten työura on muuntanut  
suuren osan työntekijän toimin-  
nasta arkirutiineiksi, joiden mer-  
kitystä ja voimaa ei enää tietoi-  
sesti tajua – ennen kuin ne kerta  
heitolla loppuvat. Välttämö-  
n muutos on se, kaikesta ajasta tu-  
lee omaa aikaa. Ei tarvitse herä-  
tä aikaisin joka aamu, voi nous-  
ta ylös milloin sattuu ja mennä  
nukkumaan kun huvittaa. Tä-  
stä vapaudesta nauttii aluksi täy-  
sin siemauksin, mutta pian sen  
hohdokkuus haihtuu. Päiväryt-  
min loppumisen mukana voi ka-  
dottaa myös ajantajun ja elämä-  
stä katoaa selkeä rakenne.

Työyhteisön katoamisen myö-  
tä katoaa myös suuri osa ihmi-

sen sosiaalista maailmaa. Työka- vereiden kanssa käytyjen keskustelujen, niin työperäisten kuin epävirallistenkin, merkityksen oivaltaa vasta kun ne poistuvat. Varsinkin näkyvässä asemassa ja paljon julkisuudessa olleille työ- roolista luopuminen voi olla kova pala. On tottunut olemaan mukana päätöksenteossa ja huomion kohteena. Voi olla katke- ra huomata, että eläkkeelle läh- dön jälkeen haastatteluja ei enää pyydetä eikä läsnäoloa kaivata. Järkytys usein on, kuinka no- peasti unohdus tapahtuu. Elä- män rakenteellinen muutos joh- taa myös tunnemaailman vuoris- torataan, minkä ilmenemismuo- toja Taskinen haarukoi.

Joten: työ antaa suurelle osal- le ihmisistä elämään mielekkyyt- tä, joka on eläkkeellä löydettävä jostain muualta. Minäkäsitys ja sisältö elämälle on rakennettava uudelleen. Kirjan loppuluvuissa Taskinen pelkistää neljä erilais- ta mutta monelta osin päällekkäistä väylää, joita pitkin näin voi tapahtua: terveyden vaalimi- nen, itsensä toteuttaminen, res- surssina toimiminen ja ihmisenä kasvaminen. Painopisteellä ei ole väliä: pääasia on, että toiminnal- le löytyy itse valittu ja itseä pal- kitseva suunta.

Terveyden ylläpito ja kohen- taminen voivat nousta ykkös- asiaksi, varsinkin jos sillä alueella on ongelmia tai pysyviä sairauk- sia. Keskeiset keinot ovat ruoka- ja juomavalio, liikunta ja sosiaa- linen aktiivisuus. Taskinen täh- dentää kohtuutta kaikessa.

Itsensä toteuttaminen on jon- kin sellaisen harrastuksen löytä- mistä, jota ennenkin on tehnyt tai jonka aloittamisesta on aina haaveillut. Yksi mahdollisuus on muuntaa kertynyt työkokemus harrastukseksi, jolloin pois jää- vät kaikki työelämään kuuluvat

pakot ja tylsät rutiinit, ja voi kes- kittyä vain siihen, mikä itseä ai- dosti kiinnostaa. Näin Taskinen itse on toiminut, mitä osaltaan todistaa tämän oppaan kirjoitta- minen. Voi myös keskittyä esi- merkiksi matkailuun, taiteisiin, puutarhanhoitoon, älypeleihin, kirjoittamiseen tai yhteiskun- nalliseen keskusteluun.

”Resurssina toimiminen” -lu- vun aloittaa sitaatti Vappu Tai- paleen ja Tapio Pajusen kirjoj- tuksesta:

”Ikääntyneet toimivat monen tasoisena resurssina yhteiskun- nassa. Työelämässä osa vanhoista ihmisistä toimii vielä omalla pa- noksestaan tekijöinä, toinen ryh- mä työllistäjinä. He ovat valta- va potentiaalinen vaikuttajaryh- mä, suurempi kuin yksikään am- mattiliitto tai poliittinen puolue. Vanhat toimivat monella tasolla arjen rikastuttajina, koska heil- lä on aikaa ja useilla myös varoja käytettävänään.”

Taskinen täydentää: vanhat avustavat omia lapsiaan, hoita- vat usein yhtä aikaa omia van- hempiaan ja lastenlapsiaan, ovat puolisonsa omaishoitajia ja teke- vät monenlaista vapaaehtoistyö- tä. Mitä enemmän senioreja on, sitä suurempi merkitys heillä on myös koko kansan ja sen talou- den kannalta.

Tunnettuna kirjallisuuden harrastajana Taskinen käyttää pitkin matkaa osuvia sitaatteja kirjailijoilta, runoilijoilta ja toi- mittajilta – ja myös omista var- haisteksteistään. Kirjan viimei- sen luvun otsikko on ”Ihmisenä kasvaminen”. Sen synnyttämän ylevyyden vaikutelman Taskinen taittaa heti Pentti Saarikoski -si- taatilla:

”Mikään ei ole niin tärkeitä kuin se, että ihmisellä on per- soonallisuus, jota hän aina iltai- sin kehittää.”

Taskiselle ihmisenä kasvami- nen tarkoittaa ikääntyneelle en- nen kaikkea tyyntymistä, vanho- jen särmiä tasoittamista ja jäy- tävien katkeruuksien unohta- mista – armollisuutta sekä mui- ta että omaa itseä kohtaan. Vaa- rana nimittäin on, että vanhetes- sa monet väärään suuntaan kas- vaneet luonteenpiirteet kärjisty- vät. Ellei pidä varaansa, itserak- kaus syvenee, kilpailunhalu ki- ristyy, ahneus lisääntyy, muihin varautuneesti suhtautuneesta voi iän myötä tulla epäluuloinen ja lopulta täysin vainoharhainen.

Perusresepti näitä uhkia vas- taan on se, että opettelee suh- tautumaan itseensä ja ominais- piirteisiinsä hieman huvittunees- ti. Itselleen nauraminen on hy- vä, ellei ainoa keino välttää oma- hyväisyyttä ja harhoihin ajautu- mista.

Ja ennen kaikkea: mitä van- hemmaksi tulee, sitä enemmän ihmisenä kasvaminen tarkoittaa vähittäistä luopumista kaikesta ja sen hyväksymistä. Omanikäi- set ystävät ja sukulaiset alkavat harveta, oma puoliso voi kuol- la, minkä Taskinen on itse jo ehtinyt kokea. Lopulta joutuu luopumaan omasta elämästään. Sirpa Taskinen päättää kirjansa näin:

”Kysyin kerran vanhalta äi- diltäni, mitä hän ajattelee kuo- lemasta. Hänelle joku oli sano- nut, että kuolema on saman- laista kuin lampun sammumi- nen. Se ei tuntunut hänestä pe- lottavalta. Hän kuoli rauhalli- sesti 91-vuotiaana – ja olisi ollut valmis lähtemään aikaisemmin- kin. Mielestään hän oli jo elänyt kyllin kauan ja nähnyt riittävä- si maailmaa. Vanhalle ihmisel- le kuolema on armahdus, lem- peä lepo.”